المُقلعون عن التدخين بنجاح أدمغتهم مختلفة عمن يفشلون في الإقلاع



إمكانية الإقلاع عن التدخين قد تكون فطرية بحسب دراسة من جامعة ديوك

أظهرت الدراسة التي نُشرَت في **NeuroPsychophamacology** اتصالات أكثر عبر مناطق دماغية معينة في أولئك الناس الذين أقلعوا بنجاح عن التدخين مقارنة بأولئك الذين حاولوا وفشلوا.

وقد توصل الباحثون لهذه النتيجة بعد تجربة أجروا خلالها فحوصات الرنين المغناطيسي لـ85 فردًا قبل محاولتهم للإقلاع عن التدخين بشهر واحد، ثم توقف جميع المشاركين عن التدخين وتابع الباحثون تقدمهم لـ10 أسابيع. وفي حين انتكس 41 شخصاً من المشاركين،

أظهرت إعادة النظر إلى فحوصات الدماغ للمدخنين الـ٤٤ الذين أقلعوا عن التدخين بنجاح، أنهم يملكون شيئاً ما مشتركاً قبل أن يقلعوا عن التدخين: تزامن أفضل (نشاط متناسق) بين منطقة "الجزيرة" **insula** في الدماغ، وهي موقع الدافع والرغبة، وبين القشرة الحسية الجسدية، وهي جزء من الدماغ وتعتبر مركزاً لحاسة اللمس والتحكم الحركي في الإنسان.

وقالت د. مريديث أدّيكوت **Merideth Addicott, Ph.D**، وهي أستاذة مساعدة في كلية الطب لدى جامعة ديوك (**Duke University**)، والمشرفة الأولى على الدراسة، أن ما يحدث ببساطة هو أن الجزيرة ترسل الرسائل إلى الأجزاء الأخرى، التي من ثمَّ تتخذ القرار لالتقاط السيجارة أو لا.

وقال الأستاذ المساعد وكبير معدّي الدراسة، د. جوزيف ماك كليرنون **Joseph McClernon, Ph.D**.، تشكل الجزيرة جزء كبير في قشرة المخ، وكانت ولا تزال موضوعاً للعديد من الدراسات المتعلقة بالإقلاع عن التدخين. وقد أظهرت هذه الدراسات أن هذه المنطقة من الدماغ تنشط عندما يرغب المدخنون في السجائر. وقد جدت دراسات أخرى أن المدخنين الذين يعانون من تضرر الجزيرة يفقدون فجأة اهتمامهم في التدخين.

كما قال د. ماك كليرنون: "هناك اتفاق عام في مجالنا على أن الجزيرة هي الهيكل الرئيسي فيما يتعلق بالتدخين، وأننا في حاجة لتطوير مرشدات الإقلاع التي تغير عمل الجزيرة على وجه التحديد"، مضيفًا: "لكن بأي الطرق نغيرها، وفي مَنْ؟ تقدم معلوماتنا بعض الأدلة على كل من هاتين الجبهتين، وتقترح أن استهداف الاتصال بين الجزيرة والقشرة الحسية الجسدية من الممكن أن يكون استراتيجية جيدة".

وأكد ماك كليرنون إلى أن التغذية الاسترجاعية العصبية (**Neurofeedback**) والتحفيز المغناطيسي عبر الجمجمة (**transcranial magnetic stimulation**)، واللتين تُستَخدمان لتحسين الكآبة، تعتبران علاجين يغيران نشاط الدماغ. ومع نتائج هذه الدراسة، يتوفر لدى الباحثين الآن معلومات أكثر حول الاتجاه الأجدى لمواصلة البحث والدراسة.

وأشار ماك كليرنون إلى تقديم الباحثين خطة أولية، مبينا أنهم لو استطعوا زيادة الاتصال في المدخنين أكثر كما حدث عند من أقلعوا عن التدخين بنجاح، فمن شأن ذلك أن يكون بداية جيدة، مؤكدا الحاجة إلى مزيد من الأبحاث لفهم الأمر المتعلق بازدياد التواصل بين هاتين المنطقتين تحديداً، ما من شأنه أن يرفع احتمالات النجاح.

- التاريخ: 2015-11-23
- التصنيف: طب الأعصاب

#التدخين #التغذية الاسترجاعية العصبية #التحفيز المغناطيسي

المصادر

- newswise.com
- الورقة العلمية
- الصورة

المساهمون

- ترجمة
  - سلمان العواشز
- مُراجعة

- عبد الرحمن سوالمه

- تحرير
  - الرازي البديوي
- تصميم
  - علي كاظم
- نشر
  - حور قادري